



【公認イメージキャラクター：医師びよんず】

vol.22



ご自由にお持ちください
.....
Take Free

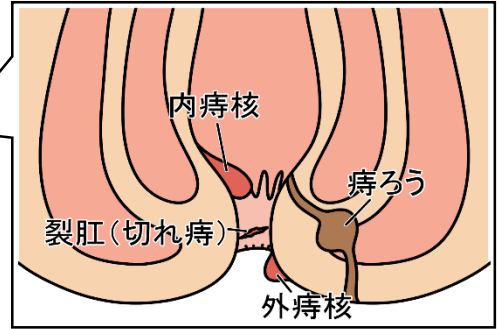
広報誌SUN（サン）は、地域の皆様に愛され 信頼され 満足される 質の高い情報の提供～ を目指します。

【なるほど健康塾 – SUN版 –】 ① 「じ（痔）」のはなし その1 外科 小林照忠

「じ（痔）」とは肛門の病気の総称です。

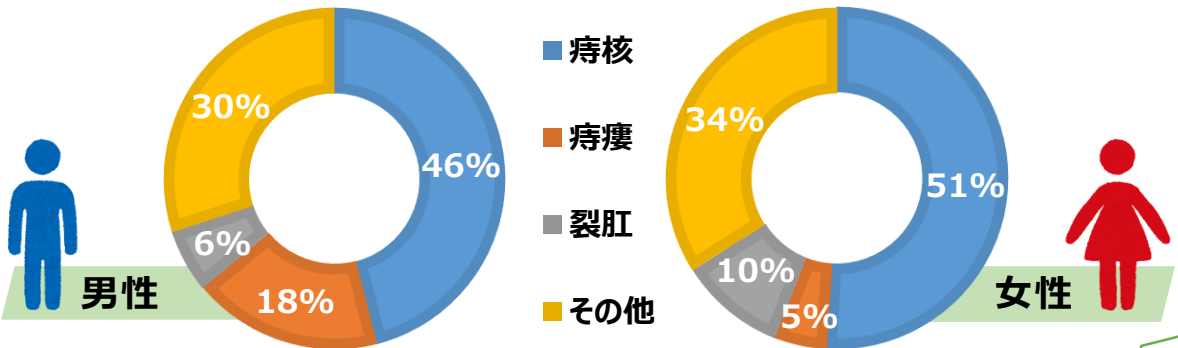
三大疾患

- 痔核（じかく、いわゆる「いぼ痔」）
- 裂肛（れっこう、いわゆる「きれ痔」）
- 痔瘻（じろう）



その他の肛門の病気には、直腸肛門（管）癌や直腸脱などがあります。

肛門疾患の男女別外来患者統計（東京山手メディカルセンター統計による）



出典：岡本欣也，“痔核の治療”，広報誌『つつじ通信』71号，東京山手メディカルセンター，2020。

▼今回は「痔核」について詳しく解説します▼

痔核

男女ともに最も多く、症状としては出血、痛み、脱出（肛門からのとび出し）などがあります。原因は便秘や下痢などの排便習慣の他、座りっぱなしや立ちっぱなしなどの姿勢、冷え、ストレス、飲酒など骨盤から肛門の血液が滞るような生活習慣が関係すると考えられています。排便を含めた生活習慣を改善し、くすり（肛門内に入れる軟膏や坐薬、内服薬）での治療や外科治療を行います。出血と痛みはくすりですぐ楽になることが多いですが、脱出は外科治療でないと治りません。外科治療には、手術のほか、ALTA療法（注射して痔を小さくする治療）やゴム輪結紮療法（特殊なゴム輪で痔をしばって脱落させる治療）があります。

出血があっても、いぼ痔やきれ痔と自己判断している間に癌が進行し、病院を受診した時には治療が難しい状態になっているのは珍しいことではありません。肛門で気になることがあれば、一度は診察を受けてください。



次回は「じのはなし その2」を掲載予定です！「裂肛」「痔瘻」について解説します

1 糖尿病について

糖尿病は血糖値が高くなる病気です。
糖尿病になっても初めのうちは「痛い」などの自覚症状がありません。
それなのに**なぜ治療が必要なのか**。



それは、**糖尿病の治療が十分でない**と知らず知らずのうちに、全身にさまざまな病気「合併症」が起きてくるからです。

血糖値が高い状態が長く続くと、全身の血管が傷み、さまざまな合併症が出てきます。

ヘモグロビンA1cが高くなるほど合併症が起きやすく、高血圧や脂質異常症がある場合、喫煙している場合には進みやすくなることが分かっています。

全身の血管に障害が出てきてさまざまな合併症が起きる前に、早いうちからきちんと治療することが必要です。



糖尿病の合併症には

細い血管が傷ついて起こる病気

と

太い血管が傷ついて起こる病気

があります。

糖尿病の3大合併症

糖尿病神経障害

手足のしびれや感覚が鈍くなるなどの症状がみられる

糖尿病腎症

腎臓の働きが悪くなる

糖尿病網膜症

目の中の血管が傷ついて視力が落ちる

→『し・め・じ（神経・目・腎臓）』

脳卒中・心筋梗塞などがあります。

糖尿病の場合、一度心筋梗塞を起こしたことがある人と同じくらい心筋梗塞を起こしやすいというデータもあります。



他にも、肺炎や歯周病、皮膚炎なども起こしやすくなり、最近の研究では、がんや認知症とも関連があることが分かっています。



2 糖尿病網膜症について

糖尿病網膜症は成人の失明原因の上位を占める重要な疾患です。

網膜とは眼球の奥に広がっているスクリーンのことで、瞳孔を通して眼の中に入った光が焦点を結ぶところです。網膜には細い血管が張り巡らされています。

糖尿病網膜症は、高血糖によりそれらの血管が阻害されることなどから起こります。

糖尿病網膜症の**病期**は大きく3つあります。

単純網膜症

- 1 網膜の血管から血液の成分が染み出して、網膜に斑点のようなシミを作ったりしますが、自覚症状は全くありません。

増殖前網膜症

- 2 網膜の血管の一部が詰まり、血流が流れていない部分が生じた段階ですが、自覚症状はまだありません。レーザー治療などで病状を安定させます。

増殖網膜症

- 3 血流の流れていない網膜に新しい血管が伸びてきます。この新しく出来た血管が眼底出血網膜剥離の原因になって、視覚障害を引き起こすことがあります。そのような場合は、硝子体手術などで視力の回復を図ります。

糖尿病網膜症は、たいてい自覚症状が現れずに進行し、気づいたときには失明寸前ということがしばしばあります。自覚症状に乏しい糖尿病の管理のために内科へ定期的に通院するのと同じように、**糖尿病網膜症の予防・治療のために、眼科にも定期的に受診しましょう。**

糖尿病網膜症に限らず、糖尿病と言われたら、自覚症状がないからといって放置せず、食生活や運動習慣を見直すなど、**生活習慣全体を見直すチャンス**としてください。



合併症を予防するためにも、糖尿病と診断されたら、運動療法や食事療法、必要に応じて薬を使った治療を行い、血糖値をコントロールすることも重要です。血糖値が安定している場合でも、定期的に血糖値や血圧、体重、尿たんぱくなどの検査を受け、合併症のチェックや治療も怠らないようにしましょう。禁煙や血圧の管理も重要です。

市立病院の給食を紹介します！

9月・10月の行事食は **実りの秋** を感じられるメニューです！



9月 9/21 秋の味覚膳

- ・さつま芋ご飯
- ・茄子胡麻あんかけ
- ・あんこう唐揚げ
- ・菊花和え
- ・フルーツ盛り合わせ（梨、キウイ）
- ・牛乳



10月 10/19 秋の行楽御膳

- ・萩ご飯
- ・芋煮
- ・すずき黄金焼き
- ・小松菜ゆず浸し
- ・フルーツ盛り合わせ（柿、キウイ）
- ・牛乳

一般外来受診のご案内

受付時間	内科・外科・整形外科		眼科			皮膚科	耳鼻咽喉科
	初診：午前8時～11時			午前8時～11時			午前8時～11時
再診：午前8時～11時30分			水：午後0時30分～2時30分				
休診日	土・日・祝日・年末年始(12月29日から翌年1月3日まで)						
診療日	診療科	受付	月	火	水	木	金
	内科	午前	○	○	○	○	○
	外科	午前	○	—	○	○	○
	整形外科	午前	○	—	—	○	○
	眼科	午前	○	○	—	○	○
		午後	—	—	○	—	—
	皮膚科	午前	—	—	—	○	—
耳鼻咽喉科	午後	○	○	—	○	○	

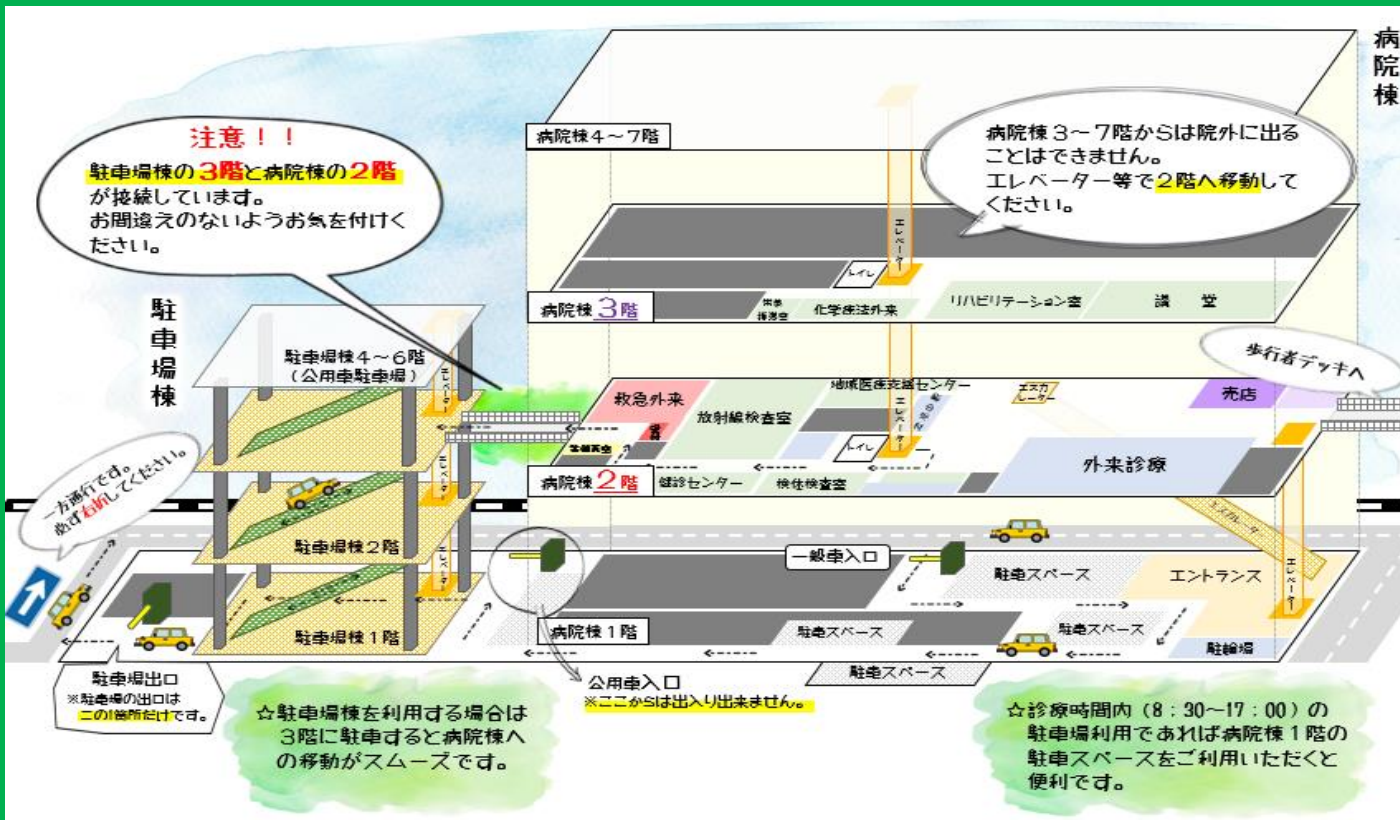
※整形外科は、紹介状と事前の予約が必要です。

※他の医療機関で皮膚疾患治療中の方が皮膚科を受診する際は、紹介状と事前の予約が必要となります。

※皮膚科・耳鼻咽喉科は、入院治療や手術等が必要な場合は、他医療機関への紹介を行います。

※小児担当医が不在のため、原則15歳以上の方を診療対象とします。

石巻市立病院 施設案図



石巻市立病院
 〒986-0825
 宮城県石巻市穀町15番1号
 TEL 0225-25-5555
 FAX 0225-25-5673



【石巻市立病院ホームページ・SNS QRコード】


 【ホームページ】


 【フェイスブック】


 【X (旧ツイッター)】

